

地区だより

すすま



まちづくり推進協議会
須々万公民館

第95号

発行

平成20年11月15日

須々万地区 人口 5,126名(男性 2,478名 女性 2,648) 世帯数 2,021世帯 《2008年10月31日現在》

先日1/2に 行われた『ふれあい秋の食祭り』で
募集していました「健康川柳」の表賞が行われました。

受賞作品を紹介しまあ

健康川柳受賞作品

最優秀作(一般部門) 河村照子さんの作品
 やせましようあなたは肉があつ姫だ

優秀作(小学生部門) 三浦拓成さんの作品
 つかれ目に須々万の緑見てなおす

優秀作(中学生部門) 重永芽生さんの作品
 父散歩 犬に引かれる メタボ腹

優秀作(高校生部門) 御手洗 友也さんの作品
 ウォーキングそれが我が家のウォーミング

優秀作(一般部門) 藤本軍一さんの作品
 万歩計 いつの間にかやう漫歩計

特別賞
 (小学生部門) うんちでて すっきりわたし よかったよ(小川愛希さんの作品)
 (中学生部門) ランニング 数分後には ウォーキング (徳重城太郎さんの作品)
 (高校生部門) 健康に いいよと食べて チョーメタボ (河村幸治さんの作品)

応募総数 640句。たくさんのお応募、本当にありがとうございます。



行事予定



うわーたくさんあるわー!
みんなで行こう!!

11月16(日) 緑山ハイキング 9:30 支所集合 ~ 14:00 (問い合わせ 88-0001 公民館まで)

20(木) 演劇鑑賞会 13:15 開演

場所・徳山北高等学校 体育館

入場無料

東京演劇集団 風公演 **Touch** ◆孤独から愛へ◆

全国500校以上の中高校で上演し感動を呼んだ劇団が東京からやってくる! どなたでもお気軽にご鑑賞下さい。

20(木) 須々万公民館バザー 10時~12時

場所・須々万公民館 遊戯室 (問い合わせ 須々万公民館 88-0243 まで)
詳しくは折込みチラシをご覧ください。多数のご来場をお待ちしております。

25(火) ひりり料理教室 簡単パーティXニューパート1.パート2

11月25日(火)と12月4日(木)の2回開催します。(問い合わせ 公民館88-0001)
時間 9:00~13:00
場所 須々万公民館2F 調理室・和室 *詳細は別紙のチラシをご覧ください。

30(日) 周南郷土伝統芸能大会(周南市文化会館)

須々万大名行列保存会が参加します。12:45~

入場無料

12月13(土) ぬまぎ文庫クリスマス会 10:30~12:00 (問い合わせ 88-0001 公民館まで)

場所・須々万農村環境改善センター 1F 多目的ホール

内容: Mr.カエルによる「マジックバルーンショー」クリスマスのお話・リース作り

入場無料



14(日) 子供会廃品回収

各地区の集収場所へ朝9時頃までにお出し下さい。詳細は12/1号広報の折込みチラシをご覧ください。

1月1(祝) 新春歩こう大会

11(日) たこあげ・どんどこ焼き大会

編集後記

健康川柳の選考に参加させて頂きました。おもしろい作品もたくさんあり、本当に楽しかったです。世間はいろいろ大変ですが、須々万のみなさんの笑いのパワーで吹き飛ばして、楽しい一年の締めくりにしたいものです。 江崎

.....
 ・出した事を忘れていた懸賞が当たりました!! ビール6本ゲット。
 ・でもこれを機に何回か出してみたら... お鍋スープとカレー。
 ・のセットが当たった。前にも懸賞にハマった時期が。
 ・あつ...結構当たりました。私って懸賞の達人!? なんて。
 ・言うとならなくはなりそうなので... 謙虚に。ひそかに。
 ・楽しんでいこう... (金田)

Dr.コウダ診療所

vol.6 インフルエンザについて

医療法人 神田医院 / 神田 博

高熱(38~40度)や頭痛、筋肉痛、全身倦怠感などの全身症状との、の痛み、咳や痰などの急性炎症症状を併発して、高齢者や小児の場合、合併症の肺炎や脳炎で死に至ることもあります。潜伏期が1~3日と短く、感染力が強いのも特徴です。

予防には栄養と休養を十分に取れ、人ごみを避け、マスクを着用、外出後の手洗いやうがいが必要です。家の中も適温、適湿に保つこと、ワクチンによる予防は摂取してから効果が発揮するまで約2週間かかりますので、12月の中旬までには受けましょう。インフルエンザワクチンはA型、B型、C型、D型の3種類の混合ワクチンです。どの型が流行しても効果がありません。運悪く感染しても重症化の予防となります。ただし、新型ウイルスが出現すれば効果は期待できません。また普通の風邪には効果ありません。

治療は安静、十分な睡眠と栄養をとり脱水とならないこと、抗ウイルス剤があります。軽い場合や発症後時間が経った場合必要ありません。この場合、保存的な治療となります。全世界の抗ウイルス剤の使用量の半分は日本です。日本人は高価な薬が好きなのでしょうか。

パッチワーク教室



生徒募集!

自分だけのオリジナル作品。楽しみながら作ってませんか?

日時 毎月第1、第3火曜日、10:00~12:00
場所 須々万公民館
連絡先 「ほと」キルトサークル(杉田さん)
tel. 080-5615-3481

振り込め詐欺に気をつけて!

周南市内の高校の卒業生名簿が振り込め詐欺に悪用されています。あやしいと思ったら、自分から本人と直接連絡をとるなどの対策をとりましょう。同居していない家族とは電話の出がた、かけ方を決めておくのもいいですね!!

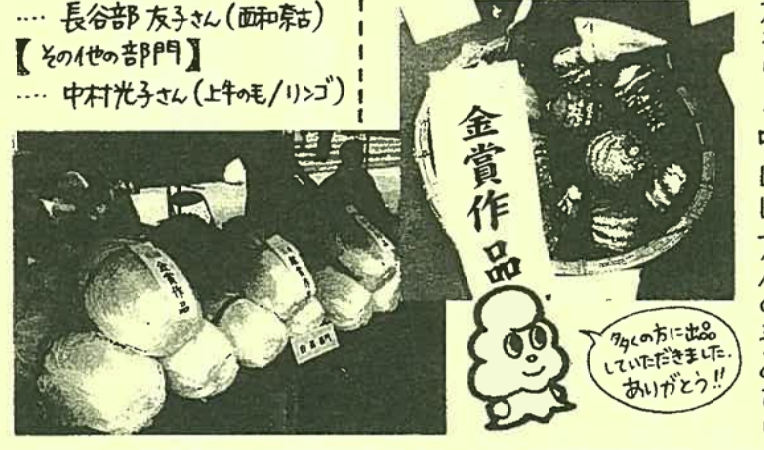
まだまだ活動中!
くま・はち・いのししに注意しよう!!

おめでとうございます!

野菜コンテスト 金賞受賞者のみなさん

- 【白菜部門】... 坂本 保人さん(西和原古)
- 【里芋部門】... 藤林 清治さん(高穂)
- 【人参部門】... 伊藤 芳男さん(片地上)
- 【大根部門】... 倉光 和子さん(下野の毛)
- 【かぶ部門】... 長谷部 友子さん(西和原古)
- 【その他の部門】... 中村 光子さん(上野の毛/リノゴ)

より大きなさつま芋もや、花びらのように4つも実のついた柿など... ちよとユニークなものもありました。各部門で金賞から銅賞まで表彰され、出品された野菜は後の『お楽しみ抽選会』で当選したみなさんに配られました。



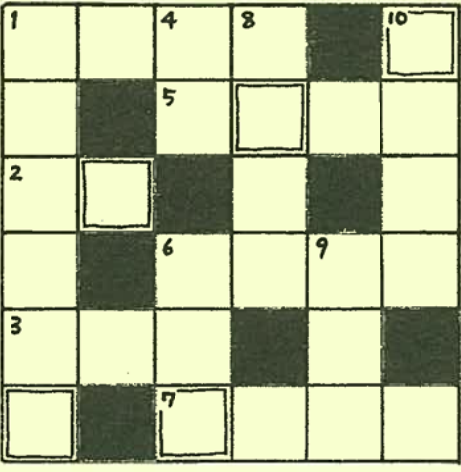
11月2日(日)須々万中学校グラウンド
「須々万の秋の味覚展」では、秋の味覚、利業やりんご、焼きいもなど、秋の味覚、ばいのお店にたくさんの方が訪れました。「須々万の秋の味覚展」では、ひょうたん、木工、陶芸作品などの本格派から、幼稚園、保育園児たちのかわいい絵や作品も展示されていました。

『野菜コンテスト』では須々万産の立派な野菜がズラリ!中には大人の手のひら

ふれあい秋の食祭り

健康コラムを書いてみませんか? 健康に関する知識をお持ちの方、お待ちしています! 須々万公民館 88-0001

あなたのたいそう クロスワードパズル



- 【タテのカギ】
- 鉄道、ラーメン、テニスは伊賀流忍者。全国には色んな○○○○○があります。
 - やま、お鍋、お風呂から(おぼわ)と...
 - 山口県中部に位置する山間部。だれ様、西日本のりんご園で有名です。
 - 最近、資格の一つとして人気がある○○○予報士。
 - にうつる富士山を「逆富士」といいます。絶景!!
 - 仲間由紀江主演の人気ドラマシリーズ。イケメンもたくさん出てました♡
- 【ヨコのカギ】
- 今年はいっぱい降りました...
 - 山崎で「おご」の意味。ついつい使ってしまう。
 - 本当に困ります。家計のやりくりが大変です。○○○高騰
 - 親元を離れてアパートに○○○ある。
 - 熊さん、早くお穴で○○○して!!
 - お鍋に、ムニエル、お寿司のネタ、そしてお弁当の定番。熊も大好き!! 英語で答えね。

住所 () (地区名) ()
氏名 () (tel) ()
地区便利への意見・感想 ()

2重マスの中の文字を並べかえてできる言葉はついででしょうか?

こたえは... () () () () () () () () () ()

必要事項を記入し、FAXで送信(No. 88-0186)するか、公民館に直接お持ち下さい。正解された方の中から、抽選で5名様にかわいい粗品をプレゼント致します!!

当選された方には商品をお届けし、次号地区便利でお名前を発表します。

ススマのチカラ!

投稿: Kさん(井手下) / 『心も健康に』

健康診断の結果が悪かった事をきっかけに、健康維持のため、30代の頃から20年以上、毎日1人で歩いています。歩くコースは自分で2~3コース考えていてその時の気分によって決めており、毎日、時間の取れた時に大体6km、約1時間歩きます。ウォーキングは運動にもなりますが、須々万の美しい景色、四季の移り変わりを見て『心の健康』にとっても大変良い事だと思っています。

ありがとうございます! Kさんには... **Quoカード1,000円分を進呈いたします!**

みなさんも健康のためにやっていることを教えて下さい! 代表者の住所(地区名)、氏名、電話番号を明記して右記方法でお申し込み下さい。直接公民館へ持参されてもOKです! お待ちしま〜す♡

須々万公民館
Fax. 88-0186
☑ susuma-ko@city.shunan.lg.jp

須々万公民館 全国優良公民館として表彰されました!!

〜2008年10月28日(火)〜

本年度表彰されたのは全国で56館。須々万公民館は活発なコミュニティー活動を活かしながら公民館が中心となり「すすま健康プラン」を地域ぐるみで実践。「毎月4日は「健康あまの日」」の設定や、夏休みラジオ体操の実施などが今回の表彰につながりました!! みなさんの日頃の取り組みがこのように形を評価されました。これからも体にいい事、続けていきましょう!!

